



# BRATKARTOFFELN

## mit Speck und Zwiebeln

---

### Informationen:

- Für 4 Portionen
- Kostet etwa 0,60 € pro Portion
- Die Zubereitungsdauer für das Kochen der Kartoffeln liegt um die 45 Minuten
- Die Zubereitungsdauer des Bratens liegt um die 30 Minuten

### Nährwerte pro 100 g im Durchschnitt:

- Kcal: 123
- KJ: 515
- Fett: 5,9 g
- KH: 11,9 g davon 2,0 g Zucker
- Eiweiß: 4,8 g

Alle Angaben sind Zirka-Werte und ohne Gewähr.

---

### Zutaten:

#### Für die Bratkartoffeln:

- 1 kg Kartoffeln festkochend
- 4 EL Öl zum Braten
- 250 g Speck (in Würfeln)
- 150 g Zwiebeln (in Würfeln) bzw. 2 mittlere Zwiebeln
- Salz und Pfeffer (aus der Mühle)

---

## Zubereiten:

### Die Vorbereitung:

- Die Kartoffel am Vortag oder einige Stunden vorher schälen, bissfest kochen und auskühlen lassen.
- Wenn am Vortag gekocht, die ausgekühlten Kartoffeln über Nacht abgedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

### Die Bratkartoffeln:

- Die gekochten und geschälten Kartoffeln in 2-3 mm dünne Scheiben schneiden.
- Den Speck in kleine Würfel schneiden.
- Die Zwiebeln in kleine Würfel schneiden.
- Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Alternativ kann man auch 2 Pfannen nehmen. Zu volle Pfannen ergeben keine guten Bratkartoffeln, die Kartoffeln benötigen Platz zum Braunwerden.
- Die Kartoffelscheiben in der Pfanne bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Wenden goldbraun braten.
- Nach rund 5 Minuten den Speck und die Zwiebeln dazu geben und weiter braten. Wir geben die beiden Zutaten später dazu, da diese schneller zubereitet sind als die Kartoffeln. Würden wir Speck und Zwiebeln gleich am Anfang dazu geben, wären diese schon verbrannt, bevor die Kartoffeln knusprig sind.
- Wenn alle Zutaten die passende Farbe haben, sind wir fertig.
- Dann mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen.
- Wer mag, kann noch etwas gehackte Blatt Petersilie dazugeben.